

Елена

На правах рукописи

ДЕМИДОВА Елена Валентиновна

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ СИСТЕМА НАПРАВЛЕННОГО
СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ 3-10 ЛЕТ
СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
В УСЛОВИЯХ ПРОГИМНАЗИИ**

**13.00.04. - Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной
и адаптивной физической культуры**

**Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
доктора педагогических наук**

Краснодар - 2004

Работа выполнена в Кубанском государственном университете
физической культуры, спорта и туризма

Научные консультанты: доктор педагогических наук, профессор
Ю.К. ЧЕРНЫШЕНКО

Официальные оппоненты: член-корреспондент РАО,
доктор биологических наук, профессор
В.К. БАЛЬСЕВИЧ

член-корреспондент РАО, доктор
педагогических наук, профессор
С.Д. НЕВЕРКОВИЧ

доктор педагогических наук, профессор
К.Д. ЧЕРМИТ

Ведущая организация: Уральская государственная академия физической
культуры

Защита состоится: 28 декабря 2004 года в 11³⁰ часов на заседании
диссертационного совета Д 311.009.01 при Кубанском государственном
университете физической культуры, спорта и туризма по адресу:
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке университета.

Автореферат разослан «25» ноября 2004 г.

Ученый секретарь диссертационного совета,
доктор педагогических наук, профессор



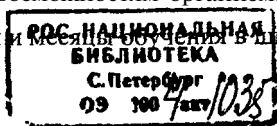
М.М. Шестаков

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. На современном этапе развития общества одним из главных направлений функционирования образовательных систем является выполнение социального заказа на высокообразованную, всесторонне развитую личность, проявляющую социальную активность, целеустремленность, самостоятельность, готовую принимать решение в ситуации выбора и брать на себя ответственность за его реализацию. В основе цели воспитания должна быть установка на высокий уровень здоровья, физической подготовленности, интеллекта, умственной и физической работоспособности, психологической надежности, толерантности и высоких социокультурных стандартов стиля жизнедеятельности и поведения. Выполнение соответствующего заказа должно осуществляться последовательно и непрерывно всеми звеньями образовательной системы. При этом первоначальное становление личности, формирование основ здоровья, самосознания, индивидуальности, социализации, приобщение ребенка к культуре, общечеловеческим ценностям должно начинаться в дошкольный период.

В целом по Российской Федерации за последние 10 лет уровень заболеваемости детей дошкольного и младшего школьного возраста увеличился более чем в два раза. По комплексу медицинских и психологических критериев 25 - 40 % детей семилетнего возраста не готовы к школе (М.К. Акимова, В.Т. Козлова, 1995; Д.И. Зелинская, 1995; М.В. Антропова с соавт., 1998).

Одной из причин частой заболеваемости детей ряд авторов (В.М. Филькина, 1996; Т.В. Русова, 1996; М.И. Степанова, 2004) называют низкий уровень адаптивных резервов организма при подготовке и поступлении в школу. Другие специалисты также указывают на негативное влияние комплекса социальных условий воспитания и обучения (Л.А. Жданова, 1995; Г.В. Бородкин с соавт., 1997; М.М. Безруких, Л.Е. Любомирский, 2000). Из-за несоответствия образовательной нагрузки возрастным возможностям организма ситуацию, происходящую с детьми в первые недели и месяцы обучения в школах, некоторые



исследователи оценивают как стресс, фактор риска, обуславливающий появления нервно-психических расстройств (В.Ф. Базарный с соавт., 1989; Ю.А. Копылов, 2004).

В последнее время, в связи с повсеместным переходом начальной школы на четырехлетнее обучение, наметилась тенденция к поступлению в школу детей 6,5-летнего возраста. Однако не все поступающие достигают уровня «школьной зрелости». Для этого возрастного периода характерна морфологическая и функциональная незрелость ведущих систем организма, повышенная чувствительность к воздействию неблагоприятных условий (М.М. Безруких, С.П. Ефимова, 1996; Е.К. Аганянц, Г.Б. Горская, 2003).

Общеизвестно, что двигательная активность является мощным фактором, влияющим на процессы развития в детском возрасте (С.Д. Неверкович, 1996; Е.К. Аганянц, 1999; К.Д. Чермит, 1999). Вместе с тем в образовательном процессе ее специфическое значение как фактора, стимулирующего повышение резервных возможностей физического, функционального, двигательного и психического развития детей, учитывается недостаточно (Ю.К. Чернышенко, 1998). В физкультурной деятельности решаются задачи преимущественно двигательного характера, не оказывающие существенного влияния на интеллектуальную и духовную сферу детей, формирование их культуры (В.К. Бальсевич, 1992; 2002; Л.И. Лубышева, 1997; 2002).

В учебном плане большинства школ предусмотрено проведение только двух уроков физической культуры, которые имеют низкую эффективность и не обеспечивают тренирующий эффект (Б.А. Никитюк, 1994; Ю.Н. Вавилов, К.Ю. Вавилов, 1997). Генетическая потребность в двигательной активности не удовлетворяется и в повседневной жизнедеятельности ребенка (М.А. Рунова, 2000). При переходе из детского сада в школу двигательная активность детей снижается на 40-45 % (Л.И. Буханов с соавт., 1996; В.А. Баландин с соавт., 2000). Низкие значения двигательной активности учащихся в общеобразовательных школах указывают на отсутствие преемственности в обеспечении оптималь-

ных двигательных режимов в системе «детский сад - школа» (А.Г. Сухарев, 1991; М.А. Рунова, 2004).

Физическое воспитание человека должно рассматриваться как педагогический процесс всестороннего развития личности, основывающийся на деятельности в отношении к творческому освоению ценностей здоровья (Л.П. Матвеев, 1991; С.Д. Неверкович, 1998; 1999; В.И. Столяров, 2000). При этом потребности и мотивы к ежедневным занятиям физическими упражнениями должны формироваться с раннего возраста (С.Б. Шарманова, А.И. Федоров, 1998; О.В. Козырева, 2002).

В связи с этим возникает необходимость в качественном улучшении и совершенствовании процесса физического воспитания во всех типах образовательных учреждений, активизации самостоятельной двигательной деятельности подрастающего поколения, использовании средств физического воспитания в контексте становления личности ребенка, улучшения состояния здоровья, развития его физической и психической сфер.

В последнее время в современных условиях все большее распространение получают образовательные учреждения нового типа — для детей дошкольного и младшего школьного возраста - «школы-сады», «прогимназии». Основной их задачей является обеспечение преемственности в организации и содержании учебно-воспитательного процесса дошкольного и начального общего образования, создание оптимальных условий для охраны и укрепления здоровья, физического и психического развития детей.

В связи с отсутствием преемственности организационно-содержательных основ обучения и воспитания детей детских дошкольных учреждений и общеобразовательных школ резкий переход на принципиально иные формы организации учебно-воспитательного процесса нарушает требования непрерывности образования и разрушает гармонию процесса направленного становления личности.

Основными причинами, обусловившими сложившуюся ситуацию, можно считать: отсутствие соответствующей материально-технической базы для

адекватного обеспечения необходимых потребностей ребенка (полноценное питание, дневной сон, достаточная двигательная активность и др.); несоответствие образовательных программ психологическим и функциональным возможностям детей, несоблюдение стандартных санитарно-гигиенических требований режима дня и учебного процесса. Комплекс обозначенных факторов создает ситуацию риска в плане нарушения физического и психического здоровья детей (М.В. Антропова, Г.Г. Манке, 1993; Н.В. Дубровинская с соавт., 2000).

Таким образом, в системе знаний о путях совершенствования личностно-ориентированного педагогического процесса воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста образовались пробелы, обусловленные отсутствием научно - обоснованных подходов к разрешению противоречий создавшейся проблемной ситуации в теории и технологии обучения и воспитания детей данной возрастной категории. Суть проблемной ситуации заключается в назревшей необходимости совершенствования теории и технологии обучения и воспитания детей в системе дошкольного и начального образования и в отсутствии системно исследованных путей ее обновления с целью их реализации в практической деятельности педагогических коллективов учебных заведений типа прогимназии.

Цель исследования - обосновать структуру и содержание комплексной педагогической системы, обеспечивающей условия непрерывного и направленного формирования фундамента культуры и здоровья разносторонне развитой личности ребенка дошкольного и младшего школьного возраста средствами физической культуры.

Объект исследования - процесс направленного становления личности детей 3-10 лет, основанный на формировании культуры жизнедеятельности, духовного, нравственного и физического здоровья воспитанников в условиях прогимназии.

Предмет исследования - организационные, содержательные и технологические компоненты педагогической системы направленного становления личности детей 3-10 лет средствами физической культуры.

Рабочая гипотеза исследования. Известно, что в условиях прогимназии от детей требуется высокая мобилизация физических и психических ресурсов к повышенным умственным нагрузкам (М.В. Антропова с соавт., 1995; Безруких М.М., Ефимова С.П., 1996; М.И. Степанова, 2004). В связи с этим предполагалось, что создание адекватных условий для развития, обучения и оздоровления ребенка возможно путем активизации двигательной деятельности как основы формирования здорового образа жизни и повышения резервных возможностей организма; подбора эффективных средств, форм, методов и технологий физического воспитания, формирующих культуру личности; организации учебно-воспитательного процесса на основе учета индивидуальных особенностей воспитанников прогимназии.

Также предполагалось, что создание единой педагогической системы, интегрирующей образовательные, воспитательные, оздоровительные задачи на основе использования средств физической культуры в их сопряженном освоении со средствами формирования духовной и социальной культуры, обеспечит непрерывность образования в прогимназии, высокий уровень здоровья, повышение физического, психического, творческого и познавательного потенциала детей, их успешную социализацию на всех этапах онтогенеза.

Задачи исследования:

1. Определить основные подходы к оптимизации системы организации жизнедеятельности детей в условиях прогимназии, обеспечить непрерывность и преемственность содержания и форм дошкольного и начального общего образования.

2. Разработать инновационную технологию физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста, способную обеспечить сопряженный и комплексный характер воздействия на индивидуальное физиче-

ское, духовное, интеллектуальное и в целом социокультурное развитие воспитанников прогимназии.

3. Выявить наиболее эффективные методы и режимы оздоровления, обучения и воспитания детей в условиях интеграции образовательной, двигательной и оздоровительной деятельности на всех этапах личностно-ориентированного воспитания ребенка в условиях прогимназии.

4. Изучить динамику показателей, характеризующих возрастные, гендерные, индивидуальные физические, функциональные, двигательные, психологические особенности и динамику состояния здоровья детей 3-10 лет в условиях реализации экспериментальной программы обучения и воспитания в прогимназии.

5. Разработать комплексную технологию сопряженного решения задач формирования и укрепления здоровья воспитанников, успешного освоения ими ценностей физической и спортивной культуры, эффективного развития интеллектуальных способностей, формирования высокого уровня социокультурного развития и навыков адекватного поведения детей 3-10 лет.

6. Осуществить экспериментальную проверку правомерности разработанной исследовательской гипотезы.

В работе использовались педагогические, антропометрические, функциональные, психологические и статистические методы исследования.

В исследованиях приняли участие 1210 воспитанников образовательных учреждений 3-10 лет. В лонгитудинальных исследованиях приняли участие 229 детей, из них в течение 7 лет наблюдались 62 человека (28 мальчиков и 34 девочки).

Методологическую основу исследования составляют современные представления о функциональной системе (П.К. Анохин); человеке как о природном и социальном существе (С.Л. Рубинштейн; А.Н. Леонтьев; Д.И. Фельдштейн); общественно-исторической обусловленности и ведущей роли деятельности в становлении человека как личности (Б.Г. Ананьев; А.Н. Леонтьев); единстве умственного, нравственного и физического в формировании

гармоничной личности и важнейшей роли физической культуры в развитии этого процесса (В.К. Бальсевич; С.Д. Неверкович; Н.Н. Визитей; В.М. Выдрин; А.В. Запорожец), логике (гармонии) развития (Л.С. Выготский; Б.Д. Эльконин; Г.Г. Наталов).

Теоретическая основа исследования базируется на научных положениях теории культуры (В.Е. Давыдович, Ю.А. Жданов; Н.С. Злобин); теории деятельности и психологической теории формирования личности (Б.Г. Ананьев; Л.С. Выготский; С.Д. Неверкович); теории физической культуры (Л.П. Матвеев; В.К. Бальсевич; Л.И. Лубышева; Г.Г. Наталов), учении о физиологических механизмах и закономерностях индивидуального развития (И.А. Аршавский; Е.К. Аганянц).

Положения, выносимые на защиту:

1. Теоретически и экспериментально обоснованные структура и содержание процесса воспитания, обучения и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста, основанные на комплексном учете возраст-ных, половых, индивидуальных и типологических особенностей развития воспитанников, создают адекватные потребностям ребенка условия жизнедеятельности, обеспечивают преемственность организационно-содержательных основ и педагогических тактик учебно-воспитательного процесса и, как следствие, высокий уровень здоровья, физического, функционального, двигательного и психического развития.

2. Комплексная педагогическая система физического воспитания детей 3-10 лет, единая по структуре, целям и задачам, дифференцированная в возрастном аспекте по содержанию, базирующаяся на создании специально организованной предметно-развивающей и двигательной среды, а также на применяемых инновационных формах и средствах, формирует условия для развития способностей ребенка к самостоятельному, творческому освоению ценностного потенциала физической культуры.

3. Организация двигательной активности воспитанников прогимназии, с использованием элементов конверсии высоких технологий спортивной подго-

товки применительно к задачам физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста, предопределяет раскрытие физических, интеллектуальных и творческих возможностей ребенка, формирование устойчивого интереса к физической культуре и спорту, стимулирует его активность в саморазвитии и самосовершенствовании.

4. Интеграция образовательной, физкультурно-оздоровительной и лечебно-профилактической деятельности педагогического коллектива прогимназии, на основе выявленных половозрастных закономерностей и индивидуальных особенностей развития детей, способствует осуществлению индивидуально-дифференцированного подхода в учебно-воспитательном процессе, вовлечению ребенка в разнообразную организованную и самостоятельную деятельность с учетом его интересов и потребностей как необходимого условия успешной социализации и всестороннего развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

5. Технология медико-психолого-педагогической диагностики и контроля процессов развития и оздоровления детей, разработанная на основе многолетних данных, характеризующих динамику половозрастных и индивидуальных показателей физического, функционального, двигательного и психического развития, умственной и физической работоспособности, на учете и анализе заболеваемости, инициирует своевременность и объективность коррекции и индивидуализации учебно-воспитательного процесса и, как следствие, обеспечивает повышение уровня развития важнейших характеристик физического и психического статуса воспитанников.

Теоретическая значимость исследования определяется тем, что оно обогащает теорию и методику физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста новыми научно-технологическими знаниями об организации и условиях оптимизации жизнедеятельности детей 3-10 лет путем реализации инновационной педагогической технологии физического, эстетического, духовного, нравственного, интеллектуального воспитания и образо-

вания на основе интеграции направлений физкультурно-оздоровительной и воспитательно-образовательной работы в прогимназии.

Сформулированы теоретические положения, позволяющие обеспечить преемственность организационно-содержательных основ процесса обучения в системе "детский сад-школа" и шадящий режим адаптации детей дошкольного возраста к обучению в начальной школе.

Разработанные научно-технологические положения об организации жизнедеятельности детей в условиях прогимназии обеспечивают теоретико-методологическую основу построения здоровьесформирующих алгоритмов содержания и форм дошкольного и начального общего образования.

Научная новизна исследования заключается в реализации инновационного комплексного и системного подхода к решению проблем научной организации, ресурсного обеспечения, педагогического обоснования и технологического оснащения процессов направленного становления личности детей 3-10 лет средствами физической культуры. На этой основе:

- впервые показана эффективность комплексного подхода к обучению, воспитанию и оздоровлению детей как генеральной линии деятельности коллективов учебных заведений нового типа;
- впервые экспериментально обоснована необходимость и возможность расширения двигательного режима и повышения адаптационных резервов организма детей в условиях дошкольного и начального общего образования на основе конверсии в учебно-воспитательный процесс элементов системы спортивной подготовки;
- разработана и обоснована ранее не известная система организации жизнедеятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях прогимназии, обеспечивающая сохранение здоровья, повышение физического и умственного потенциала воспитанников;
- выявлена ранее не изученная динамика показателей, характеризующих возрастные и тендерные особенности комплекса показателей физического,

функционального, двигательного и психического развития детей 3-10 лет, показана возможность оптимизации этих процессов;

- разработана и внедрена инновационная технология комплексной медико-психолого-педагогической диагностики, позволяющая дифференцировать детей по уровню развития: физическим, функциональным, двигательным и психическим возможностям, утомляемости, состоянию здоровья, и обеспечивать индивидуально-дифференцированный подход в обучении;
- определен и экспериментально обоснован режим двигательной деятельности в условиях прогимназии.

Практическая значимость исследования заключается в том, что разработанная система комплексного развития детей 3—10 лет и методические рекомендации по организации условий их жизнедеятельности и технологии физического воспитания могут быть использованы как в учреждениях нового типа - «школах-садах», «прогимназиях», так и в детских садах и в образовательных школах различных регионов страны.

Разработанная и научно обоснованная система организации жизнедеятельности воспитанников в прогимназии, в основе которой лежит комплексный подход к воспитанию, обучению и оздоровлению средствами физической культуры и спорта, сохраняет физическое и психическое здоровье, повышает умственный и физический потенциал детей, обеспечивает надежность и эффективность их адаптации к различным условиям социальной среды.

Апробированная педагогическая система физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста повышает двигательную активность, обеспечивает непрерывность и преемственность физического воспитания и образования воспитанников, формирует физическую культуру личности и здоровый стиль жизни.

Организация экспериментальной системы игровой и соревновательной деятельности повышает эффективность процесса физического воспитания, способствует формированию знаний, умений и навыков, интереса и потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, активизиру-

ет самостоятельную двигательную, познавательную и творческую деятельность ребенка, направленную на саморазвитие и самосовершенствование умственных и физических возможностей.

Предложенная система комплексной медико-психолого-педагогической диагностики и контроля состояния здоровья, уровня и темпов возрастного развития ребенка позволяет учитывать возрастные, половые, индивидуальные физические, функциональные, двигательные и психические возможности воспитанников, дает возможность обеспечить индивидуально-дифференцированный подход к обучению, воспитанию и оздоровлению, адекватно использовать различные педагогические технологии и средства физической культуры и спорта для оптимизации этих процессов, своевременно корректировать учебно-воспитательный процесс, повышая его эффективность и качество.

Апробированные технологии решения социально-психологических и интеллектуальных задач физического воспитания в процессе игровой деятельности формируют у детей способности к творческому, самостоятельному овладению ценностями физической культуры и спорта.

Разработанные диагностические карты контроля уровня развития воспитанников и степени выполнения ими программы по физическому воспитанию, освоению различных видов движений дают наглядное представление о достигнутом уровне физической подготовленности, повышают интерес ребенка к физкультурно-спортивной деятельности, стимулируют педагога к анализу эффективности своей педагогической работы.

Разработанные критерии физического, функционального состояния, физической и умственной работоспособности, двигательных возможностей детей Южного региона могут использоваться как ориентиры в практике работы с воспитанниками образовательных учреждений.

Внедрение полученных результатов. По теме диссертации опубликовано 30 работ, в том числе научно-методическое пособие «Физкультурно-оздоровительная работа в условиях прогимназии», удостоенное премии Президента Российской Федерации в области образования (Указ Президента Рос-

сийской Федерации «О присуждении премий Президента Российской Федерации в области образования за 2002 год» № 1178 от 5 октября 2003 года), 10 статей опубликованы в центральных журналах.

Опубликована монография «Воспитание в прогимназии» — М: Теория и практика физической культуры, 2004. — 414с.

Прогимназия является федеральной (1999 г.), краевой (2000 г.), муниципальной (2001 г.) экспериментальной площадкой. Обобщение и распространение опыта педагогической работы осуществляется через методические объединения, семинары, курсы повышения квалификации педагогических кадров, проводимые на базе прогимназии.

Представленные методы исследования, возрастные величины психофизиологического развития ребенка, методики обучения упражнениям, карты контроля развития воспитанников используются в практике детских садов, школ-садов г. Краснодара и Краснодарского края, республики Адыгея, в процессе преподавания физиологии, психологии и методики дошкольного воспитания в Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма, в Институте международного права, экономики, гуманитарных наук и управления имени К.В. Российского (г. Краснодар), в Адыгейском государственном университете.

Структура и объем диссертации. Работа состоит из введения, шести глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, приложений и актов внедрения. Список литературы состоит из 450 наименований, в том числе 121 на иностранных языках.

Общий объем диссертации 391 страница компьютерного текста, иллюстрированного 27 таблицами, 29 рисунками.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Организационно-содержательные основы учебно-воспитательного процесса в условиях прогимназии

В настоящее время в условиях социально-экономических изменений, происходящих в нашей стране, значительно возросли требования к системе образования детей дошкольного и младшего школьного возраста. Именно они и обусловили появление учебных заведений нового типа (прогимназий), реализующих образовательные программы повышенного уровня. Данные учебные заведения являются, по мнению многих ученых и практических работников, современной формой обеспечения непрерывного образования детей 3—10 лет и должны наряду с осуществлением образовательного процесса обеспечивать оптимальные условия для охраны и укрепления здоровья воспитанников, их физического и психического развития.

В связи с вышеизложенным решающее значение в контексте обеспечения успешности учебно-воспитательного процесса в прогимназии приобретает эффективное решение проблемы преемственности всех аспектов подготовки детей в структуре «детский сад - школа».

Система воспитания, обучения и оздоровления детей

В ходе многолетних исследований сформулированы и экспериментально обоснованы следующие основные положения, реально подтверждающие возможность разрешения проблемы преемственности организации и содержания образования в структуре «детский сад - школа». При этом данные принципиальные положения распространяются как на общую систему обучения и воспитания, так и с некоторыми специфическими дополнениями и на пролонгированную систему физического воспитания детей 3-10 лет.

Возможность консолидации усилий педагогов в образовательной системе «детский сад - школа» определяется:

- пролонгированным единством объекта и предмета труда;
- сопряженностью целевых, содержательных, технологических и нормативных установок многолетнего целостного педагогического процесса;

- возможностью создания сообразных половозрастным особенностям детей 3-10 лет многолетних условий жизнедеятельности, обучения и воспитания, стилем взаимодействия педагогов и воспитанников, основанном на признании и принятии личности ребенка;
- осуществлением на протяжении всех лет индивидуально-дифференцированного подхода, пронизывающего практически все аспекты учебно-воспитательного процесса;
- организацией многолетней совместной работы с родителями воспитанников, основанной на открытом взаимодействии при решении возникающих проблем в процессе обучения и воспитания детей;
- обеспечением единой по проективным аспектам, но дифференцированной по возрастным и тендерным особенностям системы физического воспитания, обеспечивающей системное развитие физических, психических и двигательных качеств детей на единой методологической основе - теории физкультурного воспитания, основанной на решении интеллектуальных, социально-психологических и собственно биологических задач;
- созданием оздоровительной системы, позитивно и комплексно влияющей на состояние здоровья, адаптационные возможности воспитанников и нивелирующей негативные воздействия на организм новых форм учебной деятельности в условиях прогимназии;
- наличием системы применяемых педагогами единых методических подходов к обучению детей, способствующей развертыванию их потенциальных умственных, творческих, когнитивных, физических и психических возможностей;
- многолетним взаимодействием педагогов, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста;
- внедрением в учебно-воспитательный процесс пролонгированной комплексной системы диагностики состояния здоровья, уровня физического, функционального, двигательного и психического развития ребенка, техно-

логии коррекции учебного процесса на основе оценки степени утомляемости детей, освоения ими образовательных программ повышенного уровня.

Общая структура педагогической системы обучения, воспитания и оздоровления детей 3-10 лет в прогимназии представлена на рисунке 1.

В ходе многолетних исследований разработана структурно-логическая модель педагогического обеспечения непрерывности образования и направленного становления личности в прогимназии на основе выделенных в процессе анализа научно-методической литературы и собственных исследований методических подходов (рис. 2).

Система физического воспитания

За последние годы появилось значительное количество публикаций, свидетельствующих об усилении негативных тенденций в состоянии здоровья детей дошкольного и младшего школьного возраста, в уровне их физической и двигательной подготовленности (М.А.Правдов, 1992; Д.И.Зелинская, 1995; В.А.Баландин, Ю.К. Чернышенко, 1999). Как правило, эти тенденции усугубляются при переходе детей из дошкольных образовательных учреждений в общеобразовательную школу (М.В. Антропова, Г.Г.Манке, 1993; М.В. Антропова с соавт., 1995; Г.В. Бородкина с соавт., 1997). В этой связи в ходе многолетних исследований была разработана система физкультурного воспитания детей 3-10 лет (рис. 3), основанная на актологическом подходе, декларирующем отличие данного вида воспитания от других не целями и задачами, а средствами и методами. Данное понимание сущностных основ содержания физического воспитания предопределило его цель и, в конечном итоге, цель всего диссертационного исследования - разработку педагогической системы использования средств физического воспитания в контексте направленного становления личности детей 3-10 лет.

Особенностями экспериментально обоснованной системы физического воспитания дошкольников и учащихся прогимназии, отличающими ее от существующих, являются:

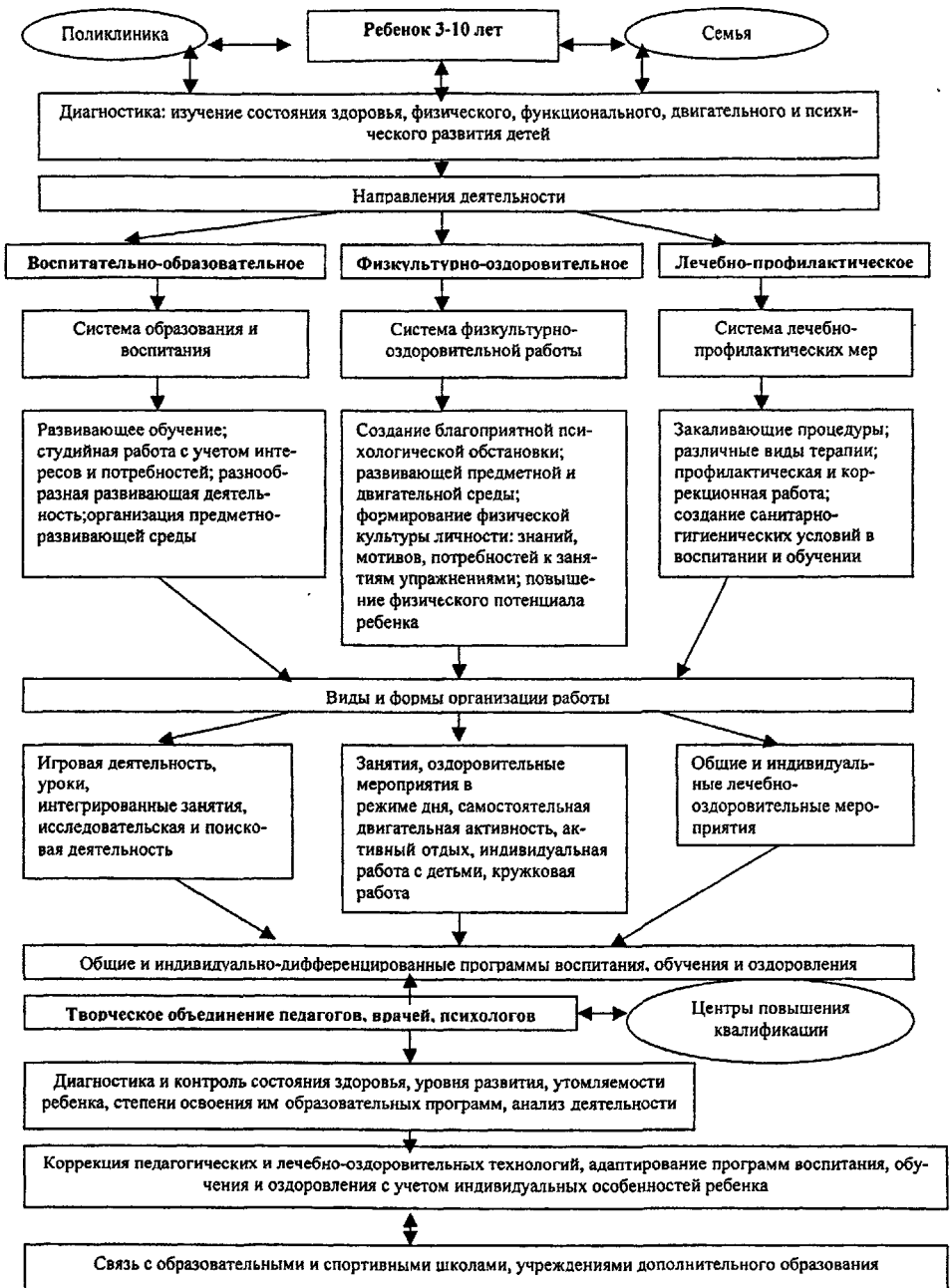


Рис. 1. Педагогическая система воспитания, обучения и оздоровления в прогимназии



Рис. 2. Основные методические подходы педагогического обеспечения непрерывности образования и направленного становления личности в прогимназии

-общность основных целей и задач, форм, средств и методов физического воспитания детей во всем возрастном диапазоне от 3 до 10 лет и их избирательная направленность в зависимости от этапа онтогенеза и индивидуальных превышений или отставаний ребенка от нормативных значений характеристик физического и психического развития, двигательной и физической подготовленности;

—взаимосвязь и взаимообусловленность шести направлений совместной деятельности сотрудников прогимназии (педагогов, врачей, психологов, вспомогательного состава), объединяющих обязательные (физкультурные занятия, утренняя гимнастика, подвижные игры на прогулке, спортивные праздники и др.), индивидуальные (в процессе реализации режимных мероприятий) и самостоятельные (в специально отведенное время) формы двигательной активности детей;

-создание двигательной развивающей среды на основе: насыщения помещений спортивным оборудованием, инвентарем, игровым и дидактическим материалом, создания двигательных ситуаций, картотеки разнообразных игр, движений, упражнений; разработки карт контроля индивидуальной работы с детьми по использованию спортивного оборудования, тренажеров, по определению уровня развития ребенка, степени освоения им физкультурно-оздоровительной программы; подбора наглядного материала на физкультурно-спортивную тематику; организации выставок личных достижений детей; использования интеллектуальных настольных игр на спортивную тематику, разнообразных атрибутов для кукольных театров, драматизаций и другой игровой деятельности;

-реализация интеллектуальных задач физкультурного воспитания детей, основанная на освоении ими системы знаний и связанных с ними умений и навыков, отражающих основные постулаты здорового образа жизни, элементарные вопросы физической культуры, безопасности жизнедеятельности, гигиены, анатомии и физиологии;



Рис. 3. Система физкультурно-оздоровительной работы в прогимназии

- целенаправленная деятельность педагогического коллектива на решение социально-психологических задач физического воспитания, основанная на интенсификации процесса формирования мотивационно-потребностной сферы детей в контексте их осознанного отношения к ценностям физической культуры;

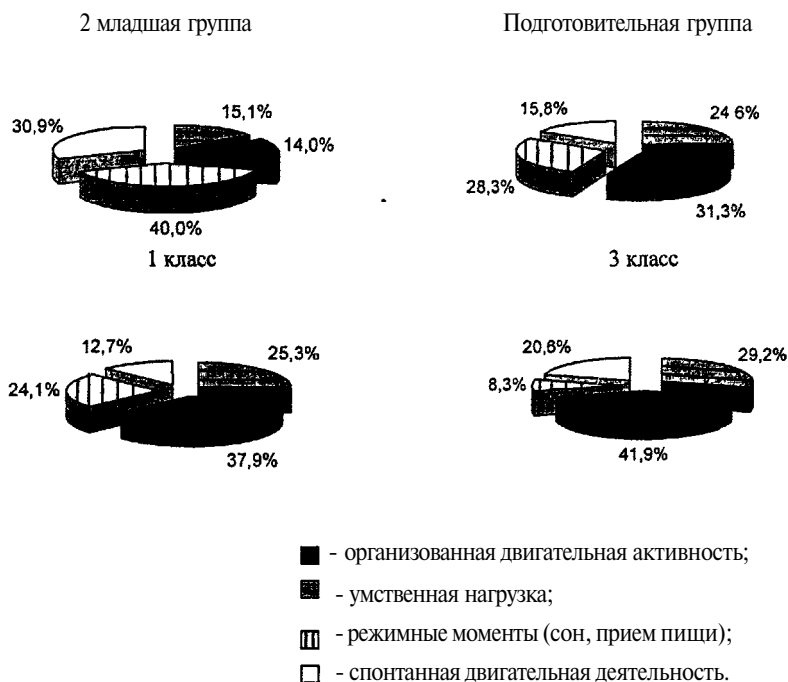


Рис. 4. Распределение объема времени на виды деятельности в режиме дня (10 часов) в разных возрастных группах

- постепенное, по мере взросления детей, увеличение общих объемов двигательной активности в режиме дня, достигающих в среднем 50% времени пребывания в прогимназии (рис. 4), реализация обязательных, самостоятельных и индивидуальных форм двигательной активности, позволяющих достичь рекомендуемых в научно-методической литературе примерных норм, а в большинстве возрастных групп и превысить их;

- применение элементов высоких технологий спортивной подготовки, конверсированных в контексте задач физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста. При этом в процессе проведения всех форм двигательной активности применяются средства различных видов спорта (акробатики, художественной гимнастики, спортивных игр и др.), игровые и соревновательные методы;
- организация целостной системы мероприятий, проводимых последовательно и систематично в течение года, как фестиваль «Вечное движение». Это физкультурно-спортивные соревнования, смотры-конкурсы двигательных, интеллектуальных достижений, выставки творческих работ педагогов и воспитанников. Такая организация жизнедеятельности детей представляет собой новую организационно-деятельностную форму спортивно-ориентированного физического воспитания в прогимназии.

К инновационным формам физического воспитания следует отнести организацию интеллектуальных игр типа «Звездный час», «Что, где, когда», «Клуб путешественников», «Поле чудес», проведение театрализованных представлений, выставок рисунков, поделок, сочинений, кроссвордов на физкультурно-спортивную тематику, обеспечивающих эмоциональное закрепление и демонстрацию воспитанниками приобретенных теоретических знаний, а также самостоятельный поиск информации в области физической культуры и спорта, формирование предметно-развивающей и двигательной среды.

В ходе реализации экспериментальной системы обучения и воспитания детей обоснована технология комплексного использования средств физической культуры для развития их психической сферы.

В процессе использования средств физической культуры для развития психической сферы детей мы исходили из сформулированного учеными тезиса о возможности создания в ходе физкультурных занятий таких условий внешней среды, которые позволяют оптимизировать возрастные психические процессы (Л.С. Дворкин, Ю.К. Чернышенко, 1997; Ю.К. Чернышенко с соавт., 1999; О.В. Козырева, 2002).

Для оптимизации развития познавательной деятельности детей были отобраны средства физического воспитания (игры, упражнения, игровые задания), классифицированные по воздействию на развитие определенного психического качества. В каждое физкультурное занятие включались игровые упражнения на развитие восприятия, памяти, речи, мышления.

Также в процессе проведения физкультурных занятий и в свободной игровой деятельности создавались двигательные ситуации, в том числе в ролевых играх, направленные на развитие умения осуществлять последовательные умственные действия (анализировать, сравнивать); использовались игры-эстафеты; применялись карточки-задания со схематично изображенными движениями, упражнениями, элементами художественной гимнастики, акробатики, фрагментами игр-эстафет, карточки-нормативы физической подготовленности, развивающие наглядно-образное мышление, творческое воображение и способствующие социализации личности.

Весь педагогический процесс строился с учетом данных диагностики возрастных, половых и индивидуальных особенностей развития ребенка (рис.5). Это стало возможным в связи с тем, что в ходе исследований были:

- 1) изучены возрастные особенности психофизиологического развития воспитанников 3-10 лет;
- 2) подобраны информативные, доступные практическому работнику тесты, позволяющие адекватно определять психофизиологический уровень развития детей и осуществлять на этой основе контроль темпов изменения показателей, характеризующих физическое, функциональное, двигательное и психическое развитие воспитанников, соответствия режима жизнедеятельности, предложенных физических и информационных нагрузок их возможностям;
- 3) разработаны трехуровневые медико-психолого-педагогические критерии развития детей для диагностики физического функционального, двигательного и психического состояния, физической и умственной работоспособности;



Рис. 5. Структура системы диагностики состояния и организации индивидуально-дифференцированного подхода к развитию личности детей 3-10 лет

4) разработаны карты контроля уровня и темпов возрастного становления детей. Выявленная неравномерность в сроках созревания отдельных функций у детей позволяла учитывать их в процессе работы, обеспечивать гармонию становления личности.

Для получения целостного научного представления об уровне развития детей дошкольного и младшего школьного возраста рассматривался весь комплекс параметров, включающий антропометрические данные (длину, массу тела, ОГК), функциональные характеристики (физическую работоспособность (ФР), кистевую силу, латентное время двигательной реакции (ЛВДР), показатели физической подготовленности по результатам контрольных упражнений в беге, прыжках, метании, наклоне вперед, что позволяло судить о физическом состоянии воспитанников. Изучение особенностей возрастной динамики развития психических процессов восприятия, образного и логического мышления, памяти, речи, умственной работоспособности давало представление о психическом здоровье воспитанников, степени сформированности «школьной зрелости», их интеллектуальной, мотивационной, эмоционально-социальной готовности к обучению и социальной адаптации.

Система оздоровительных мероприятий

Одним из условий сохранения и укрепления здоровья являлась организация лечебно-профилактического сопровождения развития ребенка и на этой основе согласования совместных действий педагогов и врачей.

Ежегодный учет и анализ состояния здоровья детей прогимназии позволил определить направления оздоровительной работы (фито-, физио-, оксигено-, витаминотерапия, закаливание с использованием водных процедур и сауны, ЛФК, массаж, бифилакт, чесночные капли, ионизация воздуха), а также увеличить двигательную активность воспитанников до 12-19 тыс. локомоций в день.

Оздоровительная программа включала общие оздоровительно-профилактические (для всех детей) и лечебно-оздоровительные мероприятия (для имеющих специальные медицинские показания). Врачи разных специ

альностей осуществляли углубленный осмотр воспитанников и на основании полученных данных (масса, длина тела, ОГК, диагноз заболевания, группа здоровья, перенесенные заболевания) давали общие рекомендации по организации учебно-воспитательного процесса, двигательного режима, видов оздоровительных мероприятий, а также устанавливали их эффективность.

Эффективность педагогической системы воспитания,
обучения и оздоровления в прогимназии

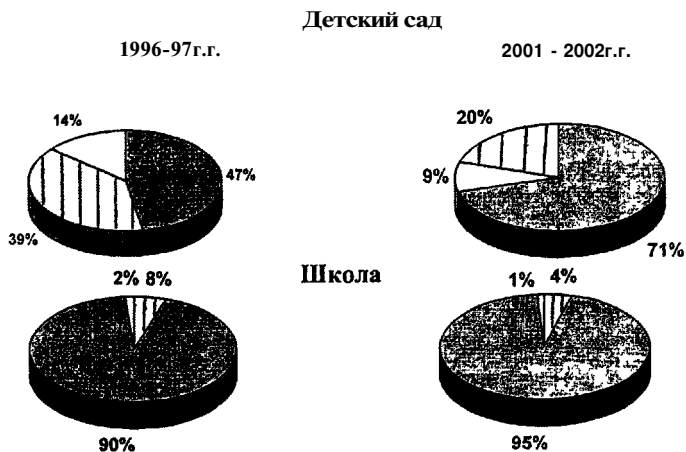
Эффективность системы воспитания, обучения и оздоровления представлена в автореферате на основе показателей лонгитудинального наблюдения 62 одних и тех же воспитанников прогимназии в период от 3 до 10 лет.

Состояние здоровья детей

Эффективность оздоровительной программы подтверждается данными многолетнего анализа заболеваемости детей:

- снижением заболеваемости (частоты случаев временной нетрудоспособности на 100 детей, количеством случаев заболеваний 1 ребенком, числом дней болезни на 100 детей и др.) в целом по учреждению за исследуемый период в 2 раза;
- положительной динамикой показателей здоровья (уменьшение частоты заболеваний) у 71 % детей дошкольного и 95 % младшего школьного возраста (рис. 6);
- отсутствием среди воспитанников, которые длительно посещали учреждение (более года), часто болеющих детей;
- в два раза более низкой заболеваемостью детей дошкольного возраста (4-6 лет) прогимназии по сравнению со сверстниками из контрольных групп (рис. 7);
- в два-три раза более высокой резистентностью организма учащихся прогимназии, в том числе первоклассников, к простудным и инфекционным заболеваниям по сравнению с детьми из других образовательных учреждений;

- высокой умственной работоспособностью и низкой утомляемостью у 80% детей, более коротким адаптационным периодом при переходе из группы в группу или в начальные классы.



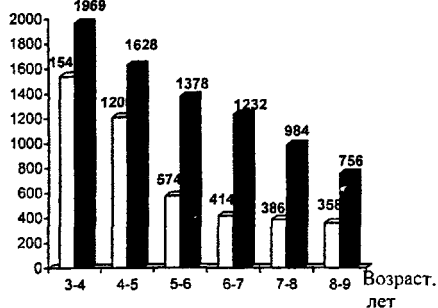
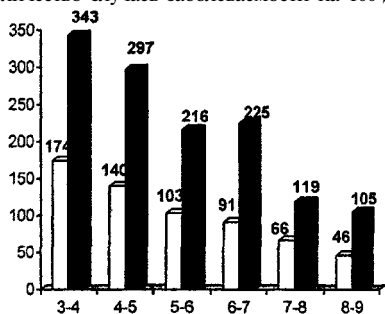
Количество детей с:

■ - уменьшением частоты заболеваний; ▨ - безизменений; □ - с увеличением частоты заболеваний.

Рис. 6. Эффективность оздоровительных мероприятий (1996 - 2002 г.г.)

Количество случаев заболеваемости на 100 детей

Число дней болезни на 100 детей



□ - экспериментальная группа
 ■ - контрольная группа

Рис. 7. Сравнительный анализ заболеваемости детей прогимназии и детей из других образовательных учреждений

Физическое и функциональное развитие детей

Многолетние наблюдения за воспитанниками прогимназии выявили положительную динамику их физического, функционального и двигательного развития ($p < 0,05-0,001$). При этом проведенные лонгитудинальные наблюдения за воспитанниками прогимназии на протяжении их возрастного становления в период от 3 до 9 лет выявили их превосходство в уровне функционального развития по всем исследуемым показателям над сверстниками из школ и детских садов, занимавшихся физической культурой в рамках сложившейся традиционной системы.

Уровень развития кистевой силы, ФР, быстроты двигательной реакции воспитанников прогимназии в среднем на 10-15 % превышал аналогичный у сверстников, начиная с 4-5-летнего возраста. Подобный высокий функциональный потенциал сохранялся у детей прогимназии и в последующие возрастные периоды. На рисунке 8 представлены данные, характеризующие уровень некоторых показателей функционального развития на примере мальчиков.

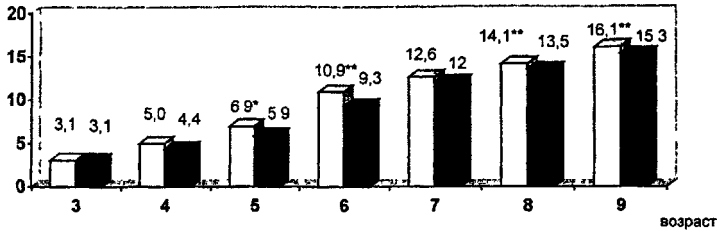
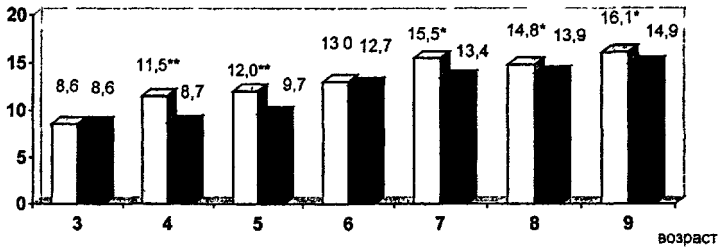
Наибольший прирост показателей детей прогимназии отмечался:

- в кистевой силе - у мальчиков в период от 5 до 6 лет, у девочек - от 6 до 7 лет ($p < 0,05-0,001$);
- в скорости двигательной реакции - в обеих половых группах в период 3-4 лет ($p < 0,05-0,001$);
- в абсолютной ФР - у мальчиков от 6 до 7 лет, у девочек - от 8 до 9 лет ($p < 0,05-0,001$) и в относительной ФР - в возрасте от 6 до 7 лет в обеих половых группах ($p < 0,05-0,001$).

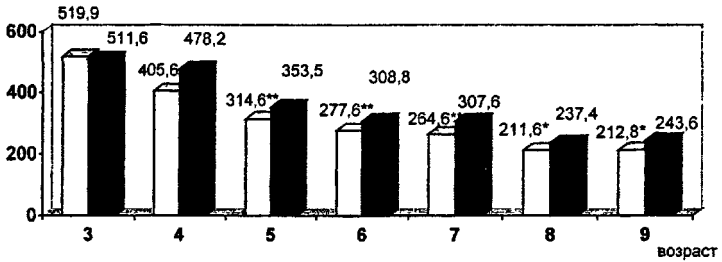
Половые отличия с преимуществом мальчиков прогимназии выявлялись по показателям:

- динамометрии в 5-6 и 9-10 лет ($p < 0,05-0,001$);
- физической работоспособности в 5 лет ($p < 0,05$);
- скорости двигательной реакции в 6, 8, 9 лет ($p < 0,05-0,001$).

Сила правой кисти, кг

PWC₁₇₀ КГМ/МИН*КГ

ЛВДР на свет, мс



- экспериментальная группа;

- контрольная группа;

* достоверность различий между показателями $p < 0,05$;

** достоверность различий между показателями $p < 0,001$.

Рис. 8. Возрастная динамика функционального развития мальчиков гимназии и детей из контрольной группы

Физическая подготовленность

В период возрастного становления от 4-5 до 9 лет дети прогимназии обнаруживали устойчивый высокий уровень физической подготовленности и в среднем на 10-20 % опережали сверстников из контрольных групп по скоростно-силовым характеристикам (бегу, прыжкам, метанию) и уровню развития гибкости. Некоторые данные, характеризующие уровень показателей двигательного развития на примере мальчиков, представлены на рисунке 9. Аналогичные закономерности установлены и в группах девочек.

Наибольшее увеличение результатов дальности и высоты прыжка, характеристик гибкости наблюдалось в период 4-5 лет, наибольший прирост дальности броска приходился на период 7-8 лет ($p < 0,05-0,001$). У мальчиков наибольший прирост показателей быстроты бега отмечался в 5-6 лет, у девочек - в 6-7 лет ($p < 0,05-0,001$). Однако прирост результатов прыжка в длину у мальчиков регистрировался в 7-8 лет, у девочек раньше - от 4 до 5 лет ($p < 0,05-0,001$).

Превосходство мальчиков по сравнению с девочками проявлялось в беге и прыжках в высоту - в 6 лет, в метании - в 6-9 лет, в прыжках в длину - в 8-9 лет ($p < 0,05-0,001$).

Высокий базовый потенциал в дошкольном возрасте обеспечивал воспитанникам прогимназии раннюю физическую и функциональную готовность к обучению в школе. Шестилетние первоклассники, обучавшихся в прогимназии, не уступали сверстникам в ФР, опережали по результатам в беге, прыжках, метании, гибкости, кистевой силе, имели более короткое время ЛВДР, в 2,5-3 раза реже болели.

Развитие психических процессов детей

В ходе лонгитудинальных исследований выявлен более высокий уровень умственной работоспособности детей прогимназии в период от 4 (5) до 9 лет по сравнению со сверстниками контрольных групп (рис. 10).

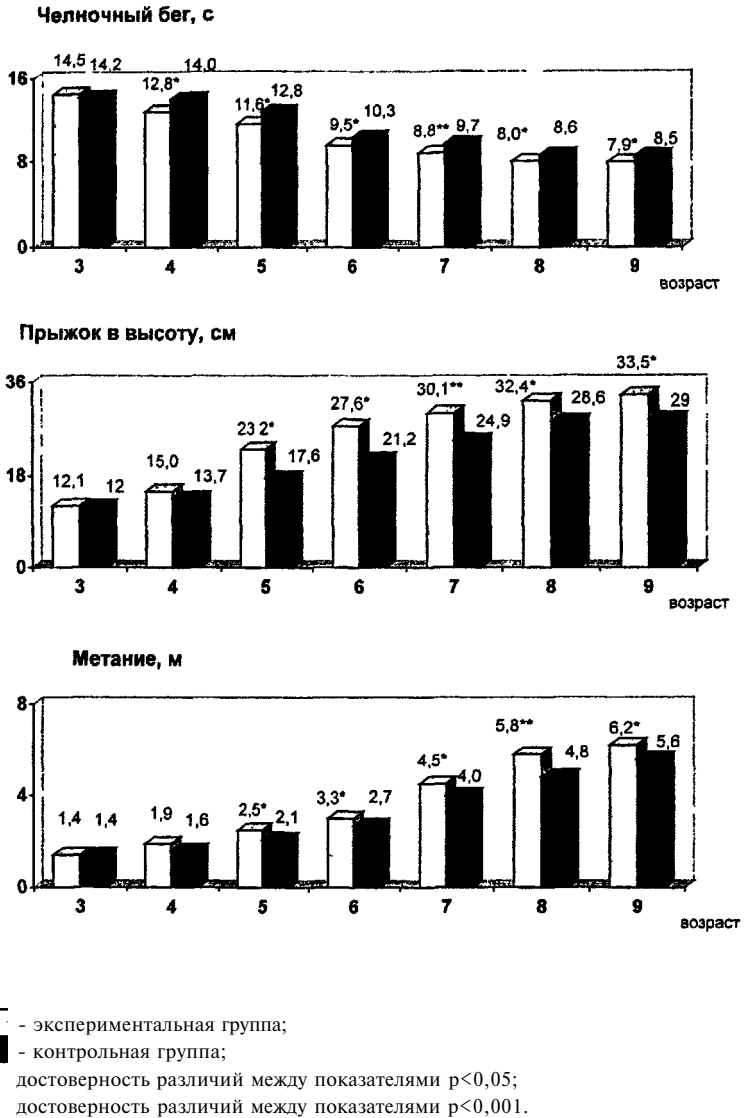


Рис. 9. Возрастная динамика двигательного развития мальчиков прогимназии и детей из контрольной группы

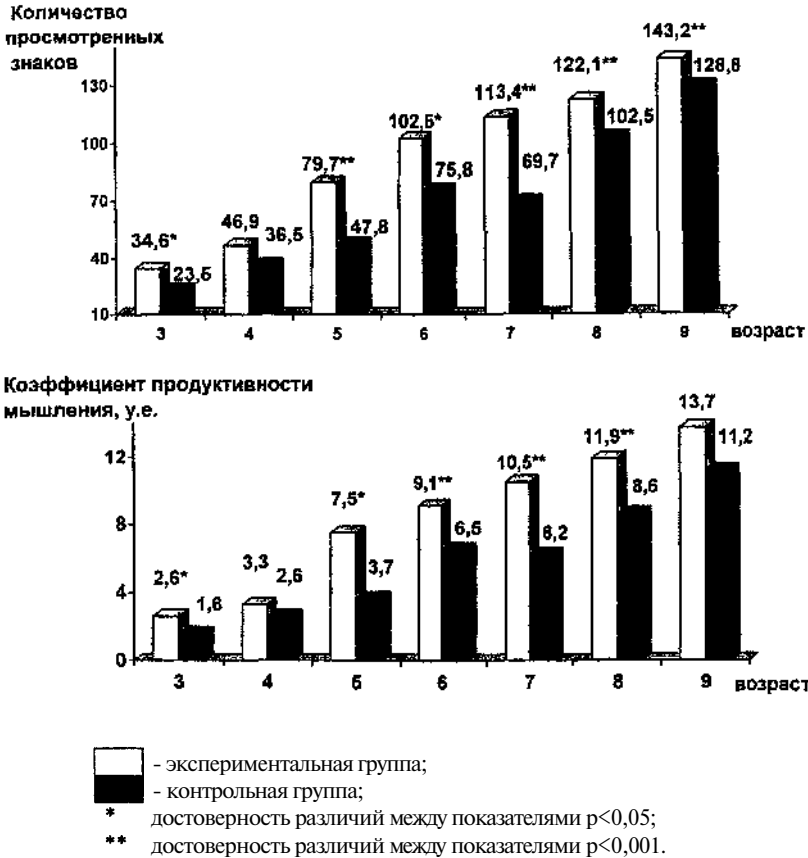


Рис. 10. Возрастная динамика умственной работоспособности мальчиков прогимназии и контрольной группы

Показатели объема и качества выполнения работы по корректурным таблицам в среднем на 26% превышали таковые в контрольной группе. Увеличение объема выполненной работы у детей прогимназии отмечалось в период 3-6 и 8-9 лет у мальчиков, 3-4, 5-6, 7-9 лет — у девочек ($p < 0,05-0,001$). В периоды 6-7 и 7-8 лет - у мальчиков, 4-5 и 6-7 лет у девочек прироста объема выполненных работ не обнаружено ($p > 0,1$).

Коэффициент продуктивности мышления, учитывающий объем и качество работы, увеличивался у мальчиков в период от 4 до 5, от 7 до 9 лет, у девочек - от 3 до 4, от 5 до 6, от 7 до 9 лет ($p < 0,05-0,001$).

Наиболее выраженное повышение умственной работоспособности регистрировалось у мальчиков в период 4-5, у девочек - 5-6 лет ($p < 0,05-0,001$).

Сравнительный анализ психодиагностических данных детей дошкольного возраста прогимназии и представителей других детских садов показал превосходство первых в уровне развития восприятия, логического мышления, речи - в период 4-6 лет, памяти - 4-5 лет и образного мышления - 5-6 лет ($p < 0,05-0,001$). Уровень умственного развития воспитанников прогимназии (по результатам суммарной оценки) в период 4-6 лет превышал таковой в контрольной группе (рис. 11).



* - достоверность различий между показателями $p < 0,05$;

** - достоверность различий между показателями $p < 0,001$;

Рис. 11. Возрастная динамика показателей умственного развития детей 3-6 лет

В ходе исследования была выявлена тенденция увеличения показателей, характеризующих уровень познавательной активности детей в возрастном диапазоне 3-6 лет. Установлено, что характеристики мышления у детей смежных возрастов (4; 5; 6 лет) отличаются друг от друга ($p < 0,05-0,001$). Не выявлены различия в показателях речи 3 и 4 летних, восприятия и памяти - 5 и 6 летних дошкольников. Интенсивное развитие восприятия отмечалось в

период 3-4 лет, памяти - 3-5, связной речи - 4-6, образного мышления - 5-6 лет ($p < 0,05-0,001$). Наиболее выраженное увеличение средней суммарной оценки, в целом характеризующей умственное развитие воспитанников, отмечалось в возраст от 4 до 5 лет ($p < 0,05-0,001$).

Психологическая готовность детей к обучению в школе

Анализ проведенных исследований позволил констатировать высокий уровень школьной зрелости шестилетних воспитанников прогимназии: 89 % были готовы к обучению, из них 39 % имели высокий уровень развития мотивационной, интеллектуальной сфер и сферы произвольности, 50 % - средний и лишь 11 % - низкий, что не позволяло им начинать обучение в школе. В контрольной группе отмечались более низкие соотношения (рис. 12).

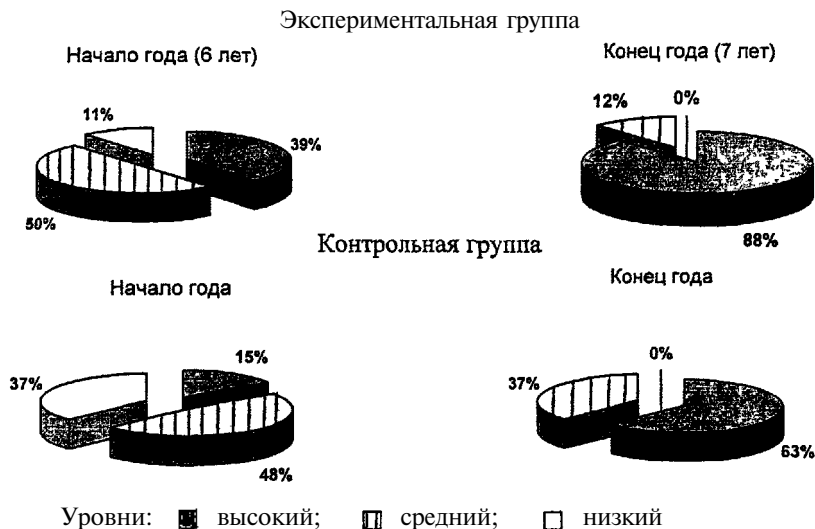


Рис. 12. Уровень психологической готовности детей к обучению в школе

К 7-летнему возрасту 88 % детей прогимназии имели высокий уровень психологической готовности к обучению в школе, лишь 12 % - средний. В контрольной группе эти цифры были ниже - соответственно 63 % и 37 %.

Одним из показателей адаптации в младшем возрасте является школьная успешность. Успеваемость детей прогимназии (1-4 класс) высока - в среднем более 80 % учатся на «4» и «5» (рис. 14). Устойчивые результаты

успеваемости воспитанники демонстрируют и в последующие годы при переходе в средние классы общеобразовательных школ.

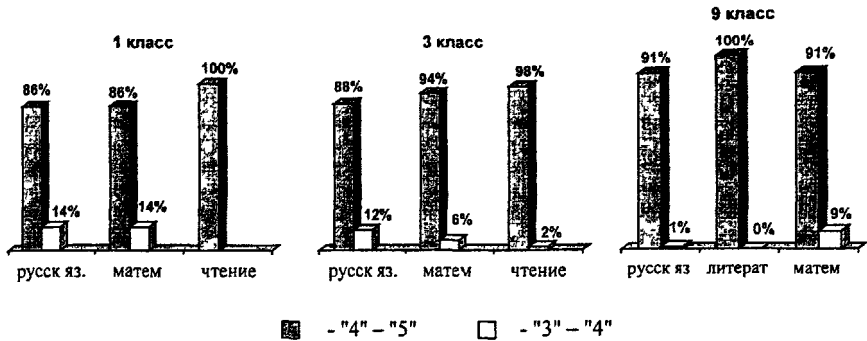


Рис. 14. Успеваемость учащихся из экспериментальных групп

Таким образом, созданная в прогимназии система работы по физическому воспитанию не только оптимизирует возрастные психические процессы, повышает умственную работоспособность, но и создает надежную базу для успешного продвижения ребенка вперед при обучении в школе.

ВЫВОДЫ

1. Образовательное учреждение типа прогимназии правомерно рассматривать как специфическую форму непрерывного образования детей 3-10 лет, инициирующую обновление организационно-содержательных основ учебного процесса и создание исследовательского пространства для разработки методологических оснований комплексного подхода к воспитанию, образованию и оздоровлению детей.

2. Принципиальным условием повышения эффективности учебно-воспитательного процесса в прогимназии является обеспечение преемственности организационно-содержательных основ учебно-воспитательного процесса в структуре «детский сад - школа».

Данную проблему целесообразно решать на основе следующих методологических и организационно-методических установок:

- обеспечения когерентности проективных, содержательных, процессуальных и учетно-нормативных компонентов процесса пролонгированного обучения и воспитания детей в прогимназии;

- формирования единого культурно-образовательного пространства, соответствующего современным требованиям к условиям и уровню развития ребенка, объему сформированных у него знаний, умений и навыков;
- создания условий жизнедеятельности, адекватных психофизиологическим особенностям детей 3-10 лет;
- обеспечения оптимального двигательного режима, удовлетворяющего генетическую предрасположенность и фенотипически детерминируемую потребность детей в двигательной активности;
- системного осуществления индивидуально-дифференцированного подхода к воспитанию, обучению и оздоровлению детей 3-10 лет;
- проведения точной и своевременной диагностики соответствия физического, функционального, двигательного и психического состояния воспитанников возрастным стандартам и реализации адресных медико-психолого-педагогических мероприятий по устранению последствий установленных нарушений в развитии.

3. Ведущими инновационными структурно-содержательными и процессуальными характеристиками разработанной и экспериментально обоснованной в многолетних исследованиях педагогической технологии воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста, обеспечивающей уровень физической культуры личности, соответствующий возрастным особенностям и возможностям детей, являются:

- сбалансированная в соответствии с текущими и перспективными валеологическими, двигательными и социокультурными требованиями структура процесса непрерывного физкультурного воспитания, объединяющая шесть основных направлений совместной деятельности воспитанников, педагогов, психологов и врачей и состоящая из обязательной, индивидуальной, самостоятельной двигательной активности в контексте целей и задач физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста;
- интенсивно стимулируемый педагогами деятельностный подход детей к освоению ценностного потенциала физической культуры и спорта;

- непрерывное, но сообразное индивидуальным особенностям детей увеличение объемов двигательной активности, последовательное и системное уточнение ее содержания на различных этапах онтогенеза в сочетании с ежедневным и круглогодичным проведением оздоровительных мероприятий;
- конверсия средств и методов процесса спортивной подготовки применительно к задачам дошкольного и начального общего образования и воспитания;
- формирование мотивов и потребностей в системном осуществлении физкультурно-спортивной деятельности, что составляет основу социально-психологических задач физического воспитания, включая формирование высоких стандартов поведения и культуры жизнедеятельности;
- осуществление непрерывного физкультурного образования воспитанников в аспекте освоения специальных знаний и связанных с ними потребностей, умений и навыков, составляющих основу физической культуры ребенка как важнейшего компонента его общего мировоззрения и культуры жизнедеятельности.

4. Действенным средством повышения уровня физической культуры воспитанников прогимназии является организованная под руководством педагогов осознанная самостоятельная двигательная, интеллектуальная и творческая активность ребенка.

При этом основными средствами обеспечения самостоятельной активности ребенка являются формирование предметно-развивающей и двигательной среды, использование двигательных ситуаций и игровых задач, способствующих не только развитию физических качеств и формированию двигательных умений и навыков, но и становлению функционального, психического, эмоционально-волевого и социального статуса ребенка средствами физической культуры.

5. Новой организационно-деятельностной формой спортивно-ориентированного физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста является апробированная система круглогодичного про-

ведения физкультурно-спортивных соревнований, смотров-конкурсов двигательных и интеллектуальных достижений, выставок творческих работ педагогов и воспитанников в рамках фестиваля «Вечное движение».

Данная форма физического воспитания является эффективным средством повышения интереса воспитанников к физической культуре и спорту на основе совместной с педагогами и сверстниками подготовки к соревновательной деятельности, к участию в массовых физкультурно-спортивных мероприятиях, что в свою очередь способствует развитию управляемых позитивных эмоций, переживаемых детьми в результате достижения победы или улучшения своего результата и нивелированию негативных переживаний в случае спортивных неудач.

6. Разработанный профилактический комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий расширяет адаптационные возможности организма детей к повышенным умственным, психическим и физическим нагрузкам в условиях обучения в прогимназии и при переходе в среднее звено общеобразовательной школы.

Данный комплекс, основанный на мероприятиях по неспецифической профилактике респираторных заболеваний (утренняя гимнастика на воздухе, закаливание на основе чередования сауны и бассейна), проведение фито-, физио-, оксигенотерапии, ЛФК и массажа, ранней диагностики и индивидуальной коррекции расстройств здоровья, удовлетворения генетической потребности детей в движении (12-19 тыс. локомоций в день) позволяет снизить уровень заболеваемости воспитанников по сравнению с детьми 3-10 лет из других образовательных учреждений в 2 раза.

7. Результаты проведенных лонгитудинальных наблюдений за воспитанниками на протяжении всего возрастного периода от 3 до 10 лет подтверждают эффективность средств и методов, используемых в процессе физического воспитания в прогимназии. Воспитанники прогимназии в функциональном и двигательном развитии опережают сверстников из других школ и детских садов, занимающихся физической культурой в рамках сложившейся

традиционной системы по величинам физической работоспособности, латентного времени двигательной реакции, кистевой силы и результатам контрольных упражнений в беге, прыжках, метании, гибкости, начиная с 4-5-летнего возраста ($p < 0,05 - 0,001$). Подобный высокий функциональный и физический потенциал сохраняется у прогимназистов и в последующие возрастные периоды.

8. Эффективность организации и содержания работы по физическому воспитанию в контексте создания условий для оптимизации возрастных и индивидуальных особенностей развития основных психических процессов, повышения умственной работоспособности, обеспечения надежной базы для дальнейшего успешного обучения в школе подтверждается следующими полученными данными:

- во всем возрастном периоде от 4 до 10 лет воспитанники прогимназии обнаруживают более высокие показатели умственной работоспособности по сравнению со сверстниками из других образовательных учреждений;
- в возрастном периоде 4-6 лет воспитанники прогимназии опережают сверстников по показателям восприятия, логического мышления и речи, в 4-5 лет - памяти и в 5-6 лет - образного мышления;
- более 60% 3-6-летних детей прогимназии проявляют высокий уровень развития основных характеристик психической деятельности, а более 80% прогимназистов учатся на «хорошо» и «отлично» и сохраняют устойчивость высоких результатов обучения при переходе в средние классы общеобразовательных школ;
- более 80% 6-летних воспитанников прогимназии достигают значительно более высокого уровня «школьной зрелости», физической работоспособности, функционального развития и физической подготовленности и, обучаясь в первом классе, в 3 раза реже болеют по сравнению со сверстниками.

9. Установлено не полное соответствие собственных и литературных данных о сенситивных периодах, характеризующих наиболее выраженные изменения физического, функционального и двигательного развития и поло-

вых различий, полученных в ходе лонгитудинальных и срезовых обследований детей.

Имеющиеся данные обуславливают необходимость проведения дополнительных исследований проблемы сенситивных периодов развития ребенка в контексте выбора адекватных методов их определения.

10. Разработанная система медико-психоло-педагогической диагностики состояния детей, основанная на принципе комплексного подхода к оценке уровня их развития, создает реальные предпосылки для осуществления индивидуально-дифференцированного подхода в воспитании, обучении и оздоровлении воспитанников прогимназии.

11. Экспериментально обоснованная система обеспечения высокого уровня культуры жизнедеятельности детей 3-10 лет в условиях прогимназии определяет основные направления деятельности педагогического коллектива по созданию условий, необходимых для гармоничного физического, функционального, двигательного и психического развития ребенка, обеспечивающих направленное становление его личности на основе гуманизации и демократизации учебно-воспитательного процесса в системе непрерывного образования «детский сад - школа».

12. Доказана высокая социокультурная и здоровьесформирующая эффективность экспериментальной педагогической системы воспитания, обучения и оздоровления детей 3-10 лет в условиях прогимназии, что подтверждено в ходе лонгитудинальных исследований, выявивших: низкий уровень заболеваемости, высокий уровень физических, функциональных, двигательных и психических возможностей, умственной и физической работоспособности детей; раннюю физическую, функциональную и психологическую их готовность к обучению; высокие показатели успеваемости как в период обучения в прогимназии, так и после перехода в средние классы общеобразовательных школ.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Для укрепления здоровья ребенка в образовательных учреждениях, имеющих начальные классы, необходимо создавать адекватные организму условия жизнедеятельности: ежедневную двигательную активность (12-19 тыс. локомоций), достаточное пребывание на воздухе, благоприятный психологический микроклимат и стиль взаимодействия детей и взрослых, предполагающий понимание и признание личности, 3-разовое питание, дневной сон для воспитанников 1 и 2 классов и 2-часовую прогулку для учащихся 3-х и 4-х классов. Стимуляторами развития ребенка является предметно-развивающая и двигательная среда, а также вовлечение детей в разнообразную деятельность через организацию студийной работы по интересам (спортивную, театральную, хоровую и др.).

Организация работы проводится по трем основным направлениям: воспитательно-образовательному, физкультурно-оздоровительному и лечебно-профилактическому.

2. Процесс физического воспитания должен основываться на ежедневном проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий (утренняя гимнастика, физкультурные минутки, подвижные и спортивные игры на прогулке, упражнения на тренажерах, ритмическая гимнастика после дневного сна) и физкультурных занятий. Последние должны быть регламентированы по времени: от 15-20 мин (у детей 3-4 лет) до 30-40 мин (у старших дошкольников и младших школьников).

Для повышения интереса к занятиям физической культурой в программу по физическому воспитанию, начиная со средней группы, можно включать элементы спортивной деятельности (акробатики, художественной и спортивной гимнастики), комплексы упражнений с лентами, диском «здоровье», эспандерами, изготавливать совместно с детьми нетрадиционное спортивное оборудование.

Физкультурные занятия должны отличаться разнообразным двигательным содержанием, наличием элементов новизны, высокой моторной плотно-

стью (не менее 65-85 %). При оптимальном построении физкультурного занятия физиологическая кривая поднимается в основной части на 70-100% от исходной величины и заметно снижается к концу занятия, с полным восстановлением пульса до исходного уровня в восстановительный период. Тренирующий эффект достигается при средней ЧСС не ниже 130-140 ударов в мин.

С целью обеспечения высокой моторной плотности занятия следует заранее планировать перечень подвижных игр на учебный год и предварительно разучивать подвижные игры во время прогулки.

Индивидуализацию процесса обучения часто болеющих и имеющих низкие показатели физического развития и физической подготовленности детей целесообразно обеспечивать регулированием нагрузки за счет варьирования сложности упражнений, количества повторений, интервалов отдыха.

3. Физкультурно-спортивная деятельность должна осуществляться на игровой и соревновательной основе с учетом возрастных особенностей детей. Параллельно необходимо решать социально-психологические и интеллектуальные задачи физического воспитания.

С целью творческого объединения всех участников педагогического процесса: воспитанников, педагогов, родителей, рекомендуем проводить фестиваль «Вечное движение» - круглогодичные соревнования, смотры-конкурсы двигательных и интеллектуальных достижений.

Участниками фестиваля также могут быть дети младшего (3-4 года) и среднего (4-5 лет) возраста. Они способны выполнять упражнения под музыку по показу воспитателя, участвовать в интеллектуальных играх, отвечая на вопросы, соответствующие их возрасту, а также быть зрителями на спортивно-массовых и театрализованных представлениях, организованных старшими воспитанниками.

4. Деятельность педагогов эффективна только в том случае, если она значима для ребенка, вызывает интерес и положительные эмоции. С учетом этого необходимо активизировать самостоятельную двигательную, интеллектуальную, творческую деятельность ребенка. Стимуляторами самостоятель-

ной деятельности могут служить карточки-задания, карточки-схемы с общеразвивающими упражнениями, основными видами движений, спортивными элементами, фрагментами игр-эстафет. Формировать умение использовать карточки-задания можно на игровой и соревновательной основе.

На карточках могут быть обозначены нормативы физической подготовки, которые ребенку необходимо выполнить, чтобы получить поощрение. Предварительно следует выявить уровень двигательной подготовленности воспитанников, чтобы норматив не оказался для них слишком завышенным. При этом можно руководствоваться близкими к уровню развития ребенка результатами, выделяя их как индивидуальный норматив.

Для контроля выполнения программы по физическому воспитанию, освоения ребенком различных видов движений удобно использовать разнообразные карты, включающие перечень элементов, которые ребенок осваивал на определенном этапе обучения. Цветом можно отмечать оценку выполнения: «отлично», «хорошо» и «необходимо тренироваться», что повышает интерес воспитанника к физкультурно-спортивной деятельности и стимулирует педагога к анализу их достижений.

5. При использовании средств физкультурного воспитания, стимулирующих развитие психических процессов детей 3-7 лет, необходимо учитывать возрастные периоды онтогенеза, наиболее чувствительные к организованному педагогическому воздействию: от 3 до 4 лет — восприятия; от 3 до 5 лет - памяти; от 4 до 6 лет - речи и мышления;

6. Необходимо проводить углубленный осмотр воспитанников специалистами из детских поликлиник: невропатологом, психоневрологом, окулистом, ортопедом, осуществляя ежегодный учет заболеваемости и анализ состояния здоровья детей с уточнением диагноза, группы здоровья, характера и частоты перенесенных заболеваний, эффективности оздоровительных мер.

На методическом объединении педагоги должны получать от медицинских работников полную информацию о состоянии здоровья воспитанников и рекомендации по организации учебно-воспитательного процесса.

Под особым вниманием должны находиться воспитанники, имеющие III и IV группу здоровья. При необходимости им следует уменьшать умственную и физическую нагрузку, увеличивать время отдыха, обеспечивать частую смену видов деятельности. Контроль динамики физического, функционального, двигательного и психического развития, умственной и физической работоспособности, утомляемости, степени сформированности «школьной зрелости» должен осуществляться с акцентом на индивидуализацию данного процесса.

В научно-методическом пособии «Физкультурно-оздоровительная работа в условиях прогимназии» (Краснодар, 2001) и в монографии «Воспитание в прогимназии» (М.: Теория и практика физической культуры, 2004) представлены апробированные методы исследования физического, функционального, двигательного и психического развития, приведены оценочные таблицы трехуровневого психофизиологического развития детей 3-10 лет.

Эффективность организации учебно-воспитательной деятельности обеспечивается за счет взаимодействия всех специалистов и служб, задействованных в этом процессе.

Необходимо обеспечивать комплексную диагностику развития ребенка педагогическим и медицинским персоналом, с целью повышения исследовательского интереса, стимулирования специалистов к анализу деятельности. Уровень физического развития ребенка определяется медицинскими работниками; особенности функционального и двигательного развития изучаются воспитателями, учителями и инструктором физической культуры; контроль психического развития ребенка, умственной работоспособности, школьной зрелости проводится воспитателями, учителями, логопедами; утомляемость анализируется медицинскими работниками и педагогами. Совместные усилия специалистов обеспечивают осуществление учебно-воспитательного процесса на высоком научно-методическом уровне с учетом возрастных, гендерных, индивидуальных особенностей развития ребенка.

Контроль физического, функционального, двигательного и психического развития, физической подготовленности, умственной и физической работоспособности нужно осуществлять не реже двух раз в год (в сентябре и мае). На педагогических советах следует обсуждать результаты наблюдений, анализировать эффективность используемых методик и программ.

7. К учебно-воспитательной работе необходимо привлекать родителей. Они должны быть обеспечены точной и полной информацией о состоянии здоровья, объективном уровне физического, функционального, двигательного и психического развития ребенка, степени освоения им программ обучения. С целью оказания им практической помощи в воспитании необходимо давать конкретные методические рекомендации по укреплению здоровья, физическому, психическому развитию ребенка, рациональной организации режима в выходные дни, проведению развивающих и коррекционных игр.

Важным является также привлечение родителей к участию в спортивно-массовых мероприятиях, созданию предметно-развивающей и двигательной среды, к выполнению совместных с ребенком творческих работ, знакомя их при этом с достижениями детей в интеллектуальных играх, театрализованной деятельности, спортивных выступлениях.

Список основных работ, опубликованных по теме диссертации

Монографии, книги, учебно-методические пособия

1. Воспитание в прогимназии: Монография. - М: Теория и практика физической культуры, 2004. -414с.
2. Физкультурно-оздоровительная работа в условиях прогимназии / Управление общего и профессионального образования администрации г.Краснодара; Кубанская государственная академия физической культуры; Муниципальное образовательное учреждение для детей дошкольного и младшего школьного возраста - прогимназия № 63.-Краснодар: Краснодарские известия, 2001.-154с (методическое пособие).
3. Физиологические исследования в учебном процессе институтов физической культуры: Учебное пособие.-Краснодар, 1990. -166 с (соавт. Аганянц Е.К., Бердичевская Е.М., Катрич Л.К., Попова Э.Х., Трембач А.Б.).
4. Возрастные стандарты показателей функциональных систем // Возрастная динамика двигательных и вегетативных функций в связи с мышечной деятельностью: Учебное пособие. - Краснодар, 1991. - С.96-101 (соавт. Бердичевская Е.М.).

5. Возрастная динамика двигательных и вегетативных функций в связи с мышечной деятельностью: Учебное пособие. - Краснодар, 1991.-104с (соавт. Аганянц Е.К., Бердичевская Е.М., Гольберг Н.Д., Корепанов А.Л., Сундатова Т.В).

6. Физиологические особенности развития детей, подростков и юношей: Учебное пособие.-Краснодар, 1999. -72 с (соавт. Аганянц Е.К., Бердичевская Е.М.).

Статьи

7. Влияние упражнений повышенной координационной сложности на двигательную активность детей дошкольного возраста // Межфункциональные взаимоотношения при адаптации организма к спортивной деятельности.- Л., 1991.- С.66-73 (соавт. Аганянц Е.К., Бердичевская Е.М.).

8. Психофизиологическое обоснование непрерывного обучения и воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста в детском центре // Вопросы физиологии, физического воспитания и спорта: Сборник научных трудов 1990-1995 г. -Краснодар, 1995. -С.38-43.

9. Возрастная динамика физических качеств при различных двигательных режимах // Природа. Общество. Человек: Вестник Южно-российского отделения международной академии наук высшей школы. - Краснодар. - 1996.- №1(4).- С.22-24 (соавт. Аганянц Е.К., Бердичевская Е.М., Малука М.В., Махинова М.В., Михайлина Т.М., Трембач Т.Б., Фомина И.Е.).

Ю.Уровень развития дошкольников детского образовательного комплекса// Проблемы физиологии произвольных движений и функциональных основ физического воспитания Сборник научных трудов 1995-1996 г. -Краснодар: КГАФК, -1996.-С.40-45 (соавт. Зудик Ю.А).

11. Будь здоров, малыш! // Народное образование.- 1996.-№2.-С.77-79.

12. Подготовка к школе - не самоцель // Педагогический вестник Кубани 1/97.-Краснодар, 1997.-С.19-21.

13. Комплекс школа-сад как адаптивная модель образовательного учреждения для детей от 3 до 10 лет // Физическая культура, спорт - наука и практика: Северо-кавказский научно-методический журнал.-Краснодар. - 1999.- №1-4.-С.57-62.

14. Инновационные подходы к организации работы по функциональному и физическому развитию детей 3-10 лет в условиях образовательного комплекса // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. - Краснодар, 2000. -С.151-159.

15. Инновационные подходы к оздоровлению детей // Педагогический вестник Кубани 4/2000.-Краснодар, 2000.-С.38-39.

16. Научно-педагогическое обоснование обучения детей 6 лет по программе 1 класса в условиях прогимназии // Актуальные вопросы физической культуры и спорта.-Краснодар: КубГАФК, 2001.-Том 4.-С.158-164.

17. Коррекция и профилактика плоскостопия у детей 6-8 лет. // Актуальные вопросы физической культуры и спорта / Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСиТ.-Краснодар: КГУФКСиТ, 2004.-С.201-206 (соавт. Оршук Т.А., Попов Ю.Д.).

18. Организационно-содержательные основы физического воспитания в прогимназии // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2003. - №3. - С.11-15.

19. Особенности формирования здоровья в условиях прогимназии // Здоровье детей дошкольного возраста: Состояние, проблемы, перспективы (материалы краевой научно-практической конференции) — Краснодар, 2004 — С.41-44

20. Новые подходы к организации самостоятельной двигательной деятельности детей // Здоровье детей дошкольного возраста: состояние, проблемы, перспективы / Материалы краевой научно-практической конференции. - Краснодар, 2004. - С. 100-104.

21. Бережем здоровье с молодости // Народное образование. - 2004. - №3. - 7с.

22. Преемственность в структуре и содержании физкультурно-оздоровительной работы // Начальная школа. - 2004. - №5. - С. 79-82.

23. Организация соревновательной и игровой деятельности // Начальная школа. - 2004. - №6. - С. 62-64.

24. Организация самостоятельной двигательной деятельности детей // Дошкольное воспитание. - 2004. - №1. - С.28-32

25. Вечное движение // Дошкольное воспитание. - 2004. - №5. - С.32-34.

26. Особенности формирования психических процессов детей в прогимназии // Теория и практика физической культуры. - 2004. - №8. - С.50- 51.

27. Influence of physical training classes on some psychophysiological characteristics brain activity in pre-school children // New approaches to Exercise and Sport Psychology. Book of Abstracts. - Copenhagen, 2003. - P. 1-3 (соавт. Aganiants E.K., Gorskaya G.B., Perminova T.A.).

Тезисы, методические рекомендации

28. Игры-эстафеты и подвижные игры с мячом в детском саду: Методические рекомендации в помощь работникам дошкольных учреждений. — Краснодар, 1992.-44 с.

29. Физическое и функциональное развитие детей 3-10 лет в условиях образовательного комплекса // Современные проблемы и перспективы развития региональной системы комплексной помощи ребенку: Сборник материалов международной научно-практической конференции / Под общей ред. А.В. Грибанова, Л.С. Медниковой. - Архангельск: Приморский госуниверситет, 2000.-С.165-167.

30. Influence of physical training classes on some psychophysiological characteristics brain activity in children of 3-6 year old // New approaches to Exercise and Sport Psychology.- Copenhagen, 2003. - P. 19 (соавт. Aganiants E.K., Gorskaya G.B., Perminova T.A.).

Сдано в производство 23.11.2004
Подписано к печати 24.11.2004
Формат 70x84 1/16 дл
Заказ №1898
Тираж 100 экз.

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма
350015, Краснодар, ул. Буденного, 161

#25879

3

1035